

PM MAYDAY 2023-05-28



Arena	Nyabvallen, Ytterviksvägen 21 Luleå
Parkering	Stora ytan söder om kastplanen.
Nummerlappar	Delas ut på läktaren, under den taktäckta delen. Nummerlapparna är sorterade i kuvert per förening och behöver inte lämnas tillbaka efter avslutad tävling. Tävlande ska bära nummerlappar på bröstet, väl synligt.
Avprickning	Görs online på easyrecord.se <u>senast 60 minuter innan start</u> . Avprickning gäller för alla löpgrenar, ej teknikgrenar. Det ska gå att pricka av sig fr o m midnatt den 28/5
Efteranmälan	I mån av plats, dubbel avgift. Meddelas ansvarig grenledare. Efteranmälan kan göras på plats eller via Easyrecord. Anmälningavgifter faktureras i efterhand till resp. förening
Resultatlistor	Publiceras på easyrecord.se Resultat för åldrarna PF7, PF9 och PF11 publiceras inte i en gemensam lista utan genom individuella resultatkort.
Omklädning	Omklädningsrum och toaletter finns under läktaren.
Upprop	15 minuter innan start för respektive gren.
Uppvärmning	Uppvärmning sker på innerplan samt på löparbanor när inga löpgrenar över längre distanser pågår.
Tävlingsledare	Klas Strömberg, 076-761 61 80
Priser	Medalj delas ut till alla deltagare i PF9 och PF11. Priser för pallplatser delas ut i klasser PF13 och PF15.
Fika och försäljning	Kiosken håller öppet under dagen med försäljning av fika, varm och kall dryck, hamburgare mm.

PM MAYDAY 2023-05-28



Tidsprogram

Finns publicerat på hemsidan:
www.lff.se

Finaler

För PF7, PF9 och PF11 finns inga finaler, alla får springa ett lopp. Resultat publiceras genom individuella resultatkort. För PF13 och äldre tilldelas finalplatser via bästa heat-tider. I teknikgrenar har PF15 och äldre 3+3 försök i längd, kula, slägga och spjut. Övriga åldrar har 4 försök i resp. teknikgren.

Foto

Fotografering sker under tävlingen och kan publiceras på sociala medier. Anmälan ses som godkännande, men kontakta tävlingsledningen om ni inte vill att foton publiceras på enskilda aktiva.

Höjningsschema höjd

PF11	-5 cm	97-102-107- 112 -115-118-121	+3 cm
PF13	-5 cm	106-111-116- 121 -124-127-130	+3 cm
PF15	-5 cm	116-121-126-131- 136 -139-142	+3 cm
PF17	-5 cm	126-131-136-141- 146 -149-152	+3 cm
K	-5 cm	136-141-146-151- 156 -159-162	+3 cm
M	-5 cm	146-151-156-161-166- 171 -174	+3 cm

Höjningsschema stav

PF13	115-125-135-145-155-165-175	+10 cm
PF15	135-155-175- 195 -205-215-225	+10 cm
F17	175-195-215- 225 -235-245-255	+10 cm
P17	245-265-285- 295 -305-315-325	+10 cm
K	175-195-205-225- 235 -245-255	+10 cm
M	285-305-325-345- 355 -365-375	+10 cm

Arenaskiss Nyabvallen

